

村山苑

ほんちょう

ケアセンター

社会福祉法人 村山苑

ほんちょうケアセンター, 189-0014 東村山市本町 3-43-1

HP: <http://honcho.murayamaen.or.jp/care.html>

E-mail: care@murayamaen.or.jp

TEL 042(399)2102

発行責任者: 星野 澄子

平成 29 年 12 月

平成 29 年 12 月 26 日 発行



・ デイサービス便り (2P)

・ 介護保険をもっと知ろう!?!④

・ ナースタイム (3P)

・ 簡単! ヘルパーレシピ

・ 内部研修紹介 (4P)

表紙の写真: テイサービス 『土曜ステージ』 より



デイサービス便り



土曜ステージ

～第4中学校吹奏楽部～



吹奏楽部の皆さん

土曜ステージに第4中学校の吹奏楽部の皆さんがきてくれました。ご利用者の皆さんとの距離も近く、迫力のある、格好いい演奏をみせて頂けました。



こんなに近くで聞けました



子どもたちと一緒に
お昼ご飯♪

お芋パーティ

11/2 (木)

先月のお芋掘りに続き、お芋パーティを行いました。

保育園のみんなが調理のお手伝いでこの日の汁物、お味噌汁の具材を切ってくれました。



お昼の時にはケアセンターにきてくれ、配膳のお手伝いもしてくれました。その後、ケアセンターの皆さんとお昼ご飯を一緒に食べました。保育園のみんなと一緒に食べている皆さんはとても楽しそうに過ごされていました。



配膳のお手伝いもしてくれ
たんですよ～



みなさん楽しそう♪



刺激が足りなくなっていますか？



一日のプログラムにシナプソロジーを取り入れすっかり定着しました。皆さんシナプソロジーに慣れてきて下さっているので、職員も研修に行き種類を増やして提供できるよう、日々練習しています！

これからも新しいシナプソロジーの「良い混乱」を楽しみましょう(*^_^*)



介護保険をもっと知ろう!?④

～居宅介護支援事業所～



今年も残すところ、後わずかになってきました。今年も「ほんちょう保育園」にはサンタクロースが来るのでしょうか？今回は、皆様のお宅に来てくれる「訪問サービス」についてお伝えします。

訪問介護サービス、訪問型サービスって何？

自宅を直接訪問し、食事・入浴・排泄など直接身体に触れる身体介助をはじめ、掃除・洗濯・調理などの家事面における生活援助、通院時の外出移動サポートなどを行うサービスです。利用者が自宅にいても自立した日常生活を送れるように生活を支援することを目的としています。

①だれが利用できるの？

- 要介護 1～5 の方は**訪問介護サービス**を利用できます。
- 要支援 1～2 の方は**訪問型サービス**（介護予防・日常生活支援総合事業）が利用できます。

②訪問介護サービスと訪問型サービスは何が違うの？

サービス内容の違いは殆どありませんが、訪問型サービスは「支援（一緒に行く等）」が目的です。

③どんなことが受けられるの？

訪問介護サービス、訪問型サービスは大きく **2種類**に分けられます。

• 生活援助

食事の準備（調理・配膳など）、掃除・洗濯・ゴミ出し、日用品などの買い物代行、服の補修、部屋の片づけ・整理整頓など。

• 身体介助

身体に直接触れながら行う介護サービスです。

具体的には、食事中の手伝いや見守りを行う「食事介助」、お風呂に入る際の手助けや洗髪、身体の清拭をする「入浴介助」、車椅子や車への乗り降りなどの手伝いを行う「移乗介助」、おむつ交換などの「排泄介助」、床ずれ（褥瘡）予防や防止のために体位を変える「体位変換」など。その他にも、「衣類着脱介助」「散歩補助」「口腔洗浄」など、身体や精神状態に対応したケアを行います。

ここがポイント！

訪問サービスでは玄関や窓やサッシ清掃、電球交換、衣替え等の支援ができません。そんな時には自費サービスの活用をお勧めします。詳しくは、担当のケアマネジャーにお問い合わせください(^^)

居宅介護支援事業所 管理者 野崎 礼

ナースタイム インフルエンザについて

朝夕はめっきり冷え込んで寒くなりました。インフルエンザは毎冬 12～3 月頃に流行します。インフルエンザの症状は 38℃以上の発熱、全身倦怠感、関節痛、頭痛などがあります。時に肺炎などを合併し、重症化することもあります。症状が現れた時は、無理せず早めに医療機関を受診して下さい。予防としては、手洗い、マスクの着用が基本ですが、予防接種を受けることで、重症化を抑える効果があります。今年はインフルエンザの予防注射薬の不足がニュースでいわれていますが、12 月からは徐々に供給されてくる予定だそうです。接種後、抗体が出来るまでに 2 週間程度、効果の持続は約 4～5 ヶ月とされていますので、まだ接種されていない方はかかりつけの先生とご相談して受けることをお勧めします。



ほんちょうケアセンター 通所介護 看護師

～～さつまいものオレンジ煮～～

すっかり冬になりました。太陽が出ている日はほっとしますね。今月は身体を温めてくれるさつまいものレシピをご紹介します。ビタミンCも豊富ですから寒気や風邪を吹き飛ばしましょう。便秘にも良いです。

材料：

- ・さつまいも（中）2本
- ・オレンジジュース 500ml
- ・砂糖、はちみつ 各大匙2
- ・水 100ml

作り方①さつまいもは1cm厚さのいちよう切りにします。

②鍋にさつまいもを並べ、さつまいもがかぶる位のオレンジジュースと水と砂糖、はちみつを入れふたをして煮ます。

③少し硬め位で火を止め、ふたをしたまま冷まします。
（冷める時に柔らかくなります。）



ちょっとスパイス



苗村さん宅の元気な朝顔です！
撮影は11月ですが、日を浴びてまだ輝いていました。夏から毎日たくさん
の花で楽しませてくれています

サービス提供責任者 岡本 友子 井上 敏子



内部研修紹介



ほんちょうケアセンターで最近行った内部研修をご紹介します。今回は訪問介護で行った調理研修と上半期反省会の様子です。

11月11日土曜日、1時間半あまりの時間、仕事の合間をぬってヘルパーと職員6名が集まりました。冬の野菜を使った煮物、ということで冷凍サトイモを使った時短の煮物を電子レンジ使用とコンロのみを使用した作り方で食べ比べました。コンロの方には



昼ごはんを食べ損ねているヘルパーのために、もち巾着も入れ、お腹も満足でした。冷凍サトイモは煮る前に水をかけてラップをして電子レンジをかけてから調理すると時短になり、食感も柔らかくなることが実感でき、すぐに訪問先の利用者さんのお宅で応用できる、と好評でした。

続いて行われた反省会では半年間の事故やヒヤリハットを振り返り、それぞれのサービスの変更点などを確認し合いました。

毎月のように手洗い、介護保険、虐待、接遇などの内部研修を行なっていますので、機会がありましたらまたご紹介します。

訪問介護 サービス提供責任者 岡本 友子



デイサービス便り



土曜ステージ

～第4中学校吹奏楽部～



吹奏楽部の皆さん

土曜ステージに第4中学校の吹奏楽部の皆さんがきてくれました。ご利用者の皆さんとの距離も近く、迫力のある、格好いい演奏をみせて頂けました。



こんなに近くで聞けました



子どもたちと一緒に
お昼ご飯♪

お芋パーティ

11/2 (木)

先月のお芋掘りに続き、お芋パーティを行いました。

保育園のみんなが調理のお手伝いでこの日の汁物、お味噌汁の具材を切ってくれました。



お昼の時にはケアセンターにきてくれ、配膳のお手伝いもしてくれました。その後、ケアセンターの皆さんとお昼ご飯を一緒に食べました。保育園のみんなと一緒に食べている皆さんはとても楽しそうに過ごされていました。



配膳のお手伝いもしてくれ
たんですよ～



素敵な音色でした(*^ ^)



刺激が足りなくなっていますか？



一日のプログラムにシナプソロジーを取り入れすっかり定着しました。皆さんシナプソロジーに慣れてきて下さっているので、職員も研修に行き種類を増やして提供できるよう、日々練習しています！

これからも新しいシナプソロジーの「良い混乱」を楽しみましょう(*_~*)



12月

ほんちょうケアセンター 月間予定表



日		月	火	水	木	金	土
11月26日		27 体操/シナブ	28 体操/シナブ	29 体操/シナブ	30 体操/シナブ 芋パーティー	1 体操/シナブ	2 体操/シナブ
	AM	乳児クラスが、いずれか1日 会いに来ます					
	PM	・クラブ活動 卓球/音楽/麻雀	・クラブ活動 卓球/音楽	・クラブ活動 卓球/音楽 /創作	・クラブ活動 卓球/将棋/麻雀 ♪いきいき セラピー♪	・クラブ活動 卓球/音楽	ふじみ玉すだれ 一座
3		4 体操/シナブ	5 体操/シナブ	6 体操/シナブ	7 体操/シナブ	8 体操/シナブ	9 体操/シナブ
	AM	乳児クラスが、いずれか1日会いに来ます					
	PM	・クラブ活動 卓球/音楽/麻雀	・クラブ活動 卓球/音楽 書道	・クラブ活動 卓球/音楽 /創作	・クラブ活動 卓球/将棋/麻雀	・クラブ活動 卓球/音楽 絵手紙	サフラン
10		11 体操/シナブ	12 体操/シナブ	13 体操/シナブ	14 体操/シナブ	15 体操/シナブ	16 体操/シナブ
	AM	乳児クラスが、いずれか1日 会いに来ます					
	PM	・クラブ活動 卓球/音楽 創作手芸 /麻雀	・クラブ活動 卓球/音楽 ハンド マッサージ	・クラブ活動 卓球/音楽 /創作	・クラブ活動 卓球/将棋/麻雀 ♪いきいき セラピー♪	・クラブ活動 卓球/音楽 二胡愛好会	木曜会
17		18 体操/シナブ	19 体操/シナブ 避難訓練	20 体操/シナブ	21	22 体操/シナブ	23 天皇誕生日
	AM	乳児クラスが、いずれか1日 会いに来ます					
	PM	・クラブ活動 卓球/音楽 /麻雀	・クラブ活動 卓球/音楽 新舞踊 習字	・クラブ活動 卓球/音楽 /創作	体操/シナブ ・クラブ活動 卓球/将棋 /麻雀	紙芝居 ・クラブ活動 卓球/音楽 原っぱ/誕生会	
24		25 体操/シナブ	26 体操/シナブ	27 体操/シナブ	28 体操/シナブ	29	30
	AM	乳児クラスが、いずれか1日 会いに来ます					
	PM	・クラブ活動 卓球/音楽 麻雀	・クラブ活動 卓球/音楽	13:00~ 忘年会	体操/シナブ ・クラブ活動 卓球/将棋 /麻雀	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px;"> 年末年始12月29日~1月3日は お休みとさせていただきます。 </div>	



主食とおやつを選べる日があります♪
いつになるかは当日のお楽しみ♪

ボランティア: 緑色
園児交流: 青色

欠席連絡は8:30までをお願いします。

繋がらない時は、お手数ですが留守番電話に録音をお願い致します。 TEL 042-399-2102